



アトピーへの
正しい視点
みんなで考える
アトピー
ジャーナル

JADPA



NPO法人日本アトピー協会

発行：NPO法人 日本アトピー協会 〒541-0045 大阪市中央区道修町1-1-7日精産業ビル4階 電話.06-6204-0002 FAX.06-6204-0052
Eメール：jadpa@wing.ocn.ne.jp ホームページ：http://www.nihonatopy.join-us.jp/

CONTENTS

- ◆ 知りたくない!「ダニ」について考える P1~P5
 - ◆ ダニ対策に関する調査 P1
 - ◆ 身近なダニの種類 P3
 - ◆ ダニがもたらす疾病 P3
 - ◆ 有効なダニ対策は? P4
 - ◆ アレルゲン免疫療法 P5
- ◆ 法人賛助会員様ご紹介 第73回 P3
- ◆ ハーイ!アトピーづきあい40年の友実です P6
(フリーアナウンサー関根友実さん・第67回)
- ◆ 「これ知ってる!食物アレルギー対応食品」vol-1 P6
- ◆ 気分が滅入る梅雨。ちょっと気になる5月病・気象病 P7
- ◆ ATOPICS P8
第3回大阪赤十字病院アレルギー市民公開講座
大阪府羽曳野支援学校へのご寄贈のご報告
ブックレビュー

知りたくない! 「ダニ」について考える

横浜国立大学名誉教授の青木淳一先生のお言葉をお借りすると「ダニほど誤解されている生物はない。もちろん、人畜に有害な種、農作物に害をする種もいるが、ダニ族の大部分は無害な虫である」そうです。4月に入って新潟県で今年初めての「ツツガムシ病」の発症が届けられ、兵庫県でもマダニによる重症熱性血小板減少症候群(SFTS)の感染も報告されています。また、アレルギー性鼻炎が増え、低年齢化が進んでいる要因なのかもしれません。あまり知りたくない。考えたくない「ダニ」ですが、発生しやすくなる梅雨を前に改めて考えてみました。

ダニ対策に関する調査

家庭でのダニ対策実施は4割弱!!

エステー(株)が、子どもがいる既婚女性661人を対象に「家庭のダニおよびダニ対策に関する調査」(2022年)を実施した結果からご紹介します。

家の中のダニが気になっていると回答した人の割合は、「とても気になる=26.2%」「やや気になる=42.8%」で、約7割の人が家庭のダニを気にしていることが明らかになりました。また、最もダニが気になる季節としては、「夏/6~8月」が57.5%と最も多く、次いで「一年中=27.9%」という結果でした。

家の中でダニがどのような場所にいると思うかの質問では、「敷き

布団=84.3%」「掛け布団=62.8%」「枕=62.3%」の寝具類や「カーペットやじゅうたん=70.8%」が1~4位を占めました。5位は「ぬいぐるみ=59%」で、全体の9割以上が家にダニがいると認識していることもわかりました。

室内のどこにダニがいると思いますか?(複数回答/n=661)

| | |
|-------------|-------|
| 敷き布団 | 84.3% |
| カーペットやじゅうたん | 70.8% |
| 掛け布団 | 62.8% |
| 枕 | 62.3% |
| ぬいぐるみ | 59.0% |
| ソファ | 56.3% |
| 畳 | 52.0% |
| 毛布・タオルケット | 51.0% |
| 押入れの中 | 46.7% |
| 収納している衣類 | 42.5% |
| クローゼットの中 | 40.7% |
| 玄関やトイレのマット | 34.3% |
| フローリングの床 | 25.6% |
| 靴 | 16.9% |

ダニ対策を行っている人がどのくらいいるのかについては、「行っている」と回答した人は全体の36.8%で、約6割以上の家庭では対策をしていないことが判明しました。

全体の9割以上は家にダニがいると認識し、約7割はダニが気になっている状況にも関わらず、実際にダニ対策をしている家庭は4割

患者さんからのご相談はいつでもお受けします。

症状がいつに改善されず長びく治療にイライラが募り先行きを悲観…ちょっと待った!全国約600万人(*)の方があなたと同じ悩みをかかえています。ここではみんなで「連帯」し、ささえあいましょ。日本アトピー協会をそのコア=核としてご利用ください。

*H12~14年度厚生労働科学研究によるアトピー性皮膚炎疫学調査より推計。

ご相談は

電話：06-6204-0002 FAX：06-6204-0052
メール：jadpa@wing.ocn.ne.jp(火・木 10:00~16:00)
お手紙は表紙タイトルの住所まで、なおご相談は出来るだけ文面にしてお願いします。電話の場合はあらかじめ要点をメモにして手みじかをお願いします。(ご相談は無料です。)

◆協会は法人企業各社のご賛助で運営しております。 ◆患者さんやそのご家族からのご相談は全て無料でっております。

に満たない結果となりました。

そこで「ダニ対策を行っていない」と回答した人(418人)にその理由を聞いたところ、「ダニ対策の方法がわからないから」が5割以上で最も多い結果に。その他、「自分や家族にダニアレルギーの人がいないから」(22%)、「室内をきれいにしているので、ダニはあまりいないと思うから」(18.7%)、「ダニは目に見えないので気にならないから」(12.9%)など、対策を行う必要がないと考える人も一定数いることもわかりました。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ ダニ対策は寝具類がTOP3 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

「ダニ対策を行っている」と回答した人(243人)に、対策をしているものについて聞いたところ、敷き布団(82.7%)が最も多く、次いで掛け布団(57.6%)、枕(54.7%)となり、寝具類がTOP3を占めました。一方で、全体の6割でダニがいると回答した「ぬいぐるみ」については、ダニ対策をしている人は約2割にとどまる結果となりました。

| 家庭でダニ対策しているものは?(複数回答/n=243) | |
|-----------------------------|-------|
| 敷き布団 | 82.7% |
| 掛け布団 | 57.6% |
| 枕 | 54.7% |
| カーペットやじゅうたん | 46.1% |
| 毛布・タオルケット | 44.0% |
| ソファ | 30.9% |
| 畳 | 27.6% |
| ぬいぐるみ | 21.8% |
| 収納している衣類 | 21.0% |
| クローゼットの中 | 20.6% |
| フローリングの床 | 18.5% |
| 玄関やトイレのマット | 16.9% |
| 押入れの中 | 14.8% |
| 靴 | 8.6% |

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ 居間を掃除する・布団に掃除機をかける頻度 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

東京都福祉保健局によると、アレルギー疾患の患者さんがいるご家庭では、床面のダニ数が100匹/m²以下が望ましいとされていますが見えませんね。2016年の調査(N=875)では、

掃除機で居間を掃除する頻度は、

- ①3日に1回以上(311件=35.5%)
- ②週1回程度(251件=28.7%)
- ③毎日(196件=22.4%)
- ④月1~2回程度(61件=7%)
- ⑤月1回未満(42件=4.8%) となりました。

また、布団に掃除機をかける頻度では、

- ①月1回未満(501件=57.3%)
- ②月1~2回程度(143件=16.3%)
- ③週1回程度(98件=11.2%)
- ④3日に1回以上(29件=3.3%)
- ⑤毎日(15件=1.7%) という結果でした。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ シーツの洗濯頻度・枕の衛生管理 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

ダニ対策の調査ではありませんが、(株)セシールのアンケート結果(453名)によると、「シーツやカバーはどれぐらいの頻度で洗濯しますか?」との質問で最も多い回答は「週に1回」で、全体の4分の1を占めました。続いて、月に2~3回。週に1度、あるいは隔週に1度ぐらいの頻度で洗濯される方が全体の3分の1という答えになりました。

「毎日洗濯する」という方は少なく、「その他」にチェックした人のなかには「2カ月に1回」「シーズンに1回」「半年に1回」という答えや、「汚れが気になった時」や「汗をかいた時」というコメントもありました。

また、「天気がいい時に」という人や、「できれば毎日洗いたいけれど現実には週1~2回」というコメントもあり、汚れるのはわかっているけれど、洗濯するのが大変だと感じている様子も見られました。

| シーツやカバーはどれぐらいの頻度で洗濯する?(n=453) | |
|-------------------------------|-------|
| 毎日 | 0.4% |
| 週に2~3回 | 9.7% |
| 週に1回 | 39.3% |
| 月に2~3回 | 26.9% |
| 月に1回 | 18.8% |
| その他 | 4.9% |

また、(株)ドウシシャが実施した「枕の使用状況と衛生管理」に関するアンケート(2615人)では、枕の使用期間は「4~5年」が最多で26%、「5年以上」という回答も11%、「4年以上」が37%という結果に。また、「枕の清潔さ」アンケートでは、「天日干し」「枕カバーの洗濯・交換」「タオルを巻く」などの定期的なケアをしているという意見が多数で、自己採点では100点満点中平均53点とやや低めでした。

行われた化学試験では、3カ月以上使用した枕には体内のタンパク質汚れが枕全体に検出され、カバーの取替えや天日干しだけでは清潔さを十分に保てないという実態も明らかになったとのこと。これにより、枕の衛生管理面では「洗える」という要素の重要性が導き出されたとまとめられています。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ どうしてダニは発生する? ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

ダニってどこからやってくるのでしょうか?人が長く生活している家ならともかく、新築の家にダニがいるとは思いにくいのですが、新築でも老朽化した家でも、ダニは存在しています。ダニは羽を持たないので、自らの行動できる範囲は限られます。様々な経路が考えられますが、大まかには次の3つのルートで侵入してきます。

1. ホコリやチリとともに風によってやってくる

細かいホコリやチリとともに、換気の際に窓から入ってきたり、外に干している洗濯物や布団にくっついていたりして家の中へと入り込んでしまいます。

2. 人やペットにくっついてやってくる

電車やバスといった乗り物の座席や外出先で座ったソファから衣類やバッグに付着して、そのまま家の中へ入り込んだり、ペットの毛にくっついて侵入することもあります。

3. モノにくっついて侵入してくる

ネットなどで購入した商品の段ボールなどの梱包資材、購入した衣類や繊維製品などに紛れていることもあります。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ ダニ発生 3つの要素と2つの被害 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

ダニが発生する3つの要因は、「温度が20~30℃」で「湿度が70%以上」、「栄養源が豊富」な環境です。これらの3つの要素が揃ってしまえば大繁殖する要因になります。

また、温度が20℃を超えるとダニの発育スピードが急激に高まるということが確認されているそうです。

ダニによる被害は「刺された」「痒い~」かもしれませんね。家の中には、主に「チリダニ」「コナダニ」「ツメダニ」の3種類のダニが生息しています。これらを総称して「屋内塵性ダニ」とも言われ、なかでも特に多いのが、およそ8割を占める「チリダニ」です。

被害の1つ目は、チリダニは人を刺すことはありませんが、アレルギーを持っているため、細かく砕かれたフンや死骸を吸い込んでしまうと、喘息やアトピー性疾患などを引き起こす原因となります。その他、小麦粉などの粉製品や乾物、畳などに発生するコナダニ、そして被害の2つ目は、吸血はしないものの人を刺す「ツメダニ」などが一般的な屋内のダニとして知られています。

ツメダニは捕食性のダニのため動きは俊敏で、コナダニ類、チリダニ類などの他のダニやノミの幼虫などをエサとします。エサが不足してくると共食いもしますが、もしかすると「ダニに刺された」時にはツメダニのエサになるダニがたっぷりいるのかもしれない。

身近なダニの種類

有害なダニ・無害なダニ

ササラダニ類(土壤中に生息するダニ類)の分類学および生態学が専門の青木淳一先生によると、「この地球上に生息する約5万種類のダニ類のうち、人間にとって有害なダニと無害なダニの割合はどのくらいになるのか、私なりに試算してみた。人畜に有害なダニが約5%、農作物に有害なダニが約5%、残りの90%は無害なダニということになった。人畜の血を吸い、時には病気を媒介するマダニ、つつがむし病を移すツツガムシ、家屋内に住み、痒みを起こさせるイエダニ、ツメダニ、アレルギー性気管支ぜんそくの原因となるチリダニ(ヒョウヒダニ)、食品にわくコナダニなどがよく知られている。また、農家や林業家の人を悩ます農作物、果樹、林木の害虫、ハダニ、フシダニなど、これら有害ダニは一般の注目を集めてよく知られているが、ダニ全体から見ればごく一部のものである」とされています。

ダニの生態・種類

アース製薬(株)によると、ダニは昆虫ではなくクモやサソリの仲間、頭・胸・腹が一体で胴体部となり、胴体部の前方に口器である顎体部が付属しています。

【主な屋内塵性ダニ類】

屋内に生息する種類は屋内塵性ダニ類と呼ばれ、ヒョウヒダニ(チリダニ)類・コナダニ類・ツメダニ類です。その中でも、ヒョウヒダニ類のコナヒョウヒダニとヤケヒョウヒダニで7~9割を占めます。

■ チリダニ類(ヒョウヒダニ)

ほぼ一年中見られるダニで、カーペットやベッド、枕や布団、ソファなどに多く発生。ダニの死骸や糞がアレルギー性疾患の原因(アレルゲン)となります。人を刺すことはなく、温度20~30℃、湿度60~80%の高温多湿を好みます。

体長は0.3~0.4mmで、ホコリ、人のフケやアカ、その他有機物などをエサとします。

■ コナダニ類

梅雨時や秋口に増殖し、高温多湿を好み、繁殖力が極めて旺盛。人を刺すことはないものの、大発生するとコナダニを捕食するツメ

ダニが増殖し、食品や畳などに発生します。

体長は0.3~0.4mmで、様々な食品(砂糖・乾燥果実・味噌・削り節・煮干・小麦粉・チーズ・チョコレートなど)、医薬品、ワラなどをエサとします。

■ ツメダニ類

梅雨時や秋口に増殖し、8~9月は特に被害が増加。カーペットや畳などに発生し、他のダニやチャタテムシなどを捕食。これら餌になる虫が増えると、ツメダニも多く発生します。吸血はしませんが、稀に間違っって人を刺し体液を吸います。体長は0.3~1mmで、他のダニ(ヒョウヒダニ、コナダニ)、小昆虫などをエサとします。

【主な屋外ダニ=迷入種】

通常、自然界のいたるところにいるダニの総称で、迷入種(めいにゅうしゅ)とは通常、屋外で生息しているダニが、鳥やネズミ、ペットなどの動物に付着したり、風などで偶然家屋に浸入してくるダニのことをいいます。

■ イエダニ

体長0.6~0.7mmで、特にネズミに寄生します。ネズミが屋内で死んだ場合や、ネズミの巣で大量に発生した場合などに、ネズミから離れて人に移行し、吸血被害が発生する場合があります。

■ シラミダニ

体長0.2mm程度で、昆虫類に寄生するダニで、蚕の害虫。屋内に生息する昆虫に寄生した場合、人に移行して激しい痒みを伴う皮膚炎を引き起こします。

■ ヒゼンダニ

体長0.2~0.4mmで、人体に外部寄生し、疥癬(かいせん、疥癬症)の原因となります。皮膚の角質層にトンネル状の穴を掘り、その内部に産卵します。

■ マダニ

ダニ類のなかでは大型で、通常2.4mmぐらいの種が多く、特に大型の種類では10mmに達するものも。主として哺乳類、鳥類、爬虫類から吸血します。

ハイキングやキャンプ、登山、山菜採りなど野外に出かけた際に寄生され、帰宅してから発見することも。

また、犬を好んで寄生するマダニもいます。

ダニがもたらす疾病

■ 重症熱性血小板減少症候群(SFTS)

難しい疾病名(severe fever with thrombocytopenia syndrome)

法人賛助会員様ご紹介 第73回

敬称略

協会は多くの法人賛助会員様の年会費によって会務を行っており、本紙面を通じまして日頃お世話になっております法人様を順次ご紹介しております。関係各位にコメントをお願いしておりますので、ぜひ患者さんへの一言をお願い致します。

福井カーテンレース産業協同組合

- ◆ 所在地 〒919-0472 福井県坂井市春江町松木2号1番地
- ◆ 電話番号 0776-51-1515
- ◆ 業 種 レース生地染色整理加工業
- ◆ 関連商品 光触媒ガイア加工カーテン、多機能加工
- ◆ ホームページ <http://f-c-s.jp/>
- ◆ 一 言

レースカーテンの専門染色工場。委託加工以外にも顧客の商品開発のパートナーとしての役割を担っています。



有限会社テフテフ

- ◆ 所在地 〒599-8254 大阪府堺市中区伏尾65-2
- ◆ 電話番号 072-276-7060
- ◆ 業 種 婦人下着の企画・製造・販売
- ◆ 関連商品 ふわふわのコットン肌着
- ◆ 一 言 “まいてふてふ”ブランドの「ふわふわコットン」シリーズを発売して35年を迎えました。

特に肌の弱い敏感肌のお客様から多大な支援を受け、ショーツ・肌着を中心に展開して参りました。ぜひ一度、「ふわふわコットンシリーズ」のふわふわ感を実感して下さい。また今後の製品開発に皆様方のご意見をぜひお聞かせ下さい。

ですが、日本では2013年から感染の報告が相次いでいます。病原体は、フレボウイルス属に分類される新しいウイルスで、マダニ(フタトゲチマダニ)を媒介とする感染症。血液など感染者との接触によるヒトからヒトへの感染報告もあります。6日~2週間の潜伏期間を経て、発熱・嘔気・嘔吐・腹痛・下痢などの症状が多く認められ、頭痛・筋肉痛・意識障害・失語やリンパ節腫脹・皮下出血・下血などを起こすケースも。5~8月の発症例が多く、特に西日本を中心に報告されていますが、近年では、推定される感染地は静岡県などを含む25府県に広がっています(2021年7月現在)。

■ ダニ媒介性脳炎

同じくマダニを媒介とするフラビウイルスによる感染症で、ウイルスを保有するマダニに咬まれると急性脳炎を起こします。7~14日間の潜伏期間を経て、初めはインフルエンザのような発熱・頭痛・筋肉痛が一週間程続き(短い場合もあり)、その後、痙れん・めまい・知覚障害などの症状が現れ、脳炎・髄膜脳炎あるいは髄膜炎を引き起こします。2019年5月現在、日本では1993年以降、北海道のみで合計5名の発生が報告されています。

■ ツツガムシ病

ダニの一種であるツツガムシにより媒介されるリケッチア属の微生物。ツツガムシ・タテツツガムシ・フトゲツツガムシの3種が媒介します。5~14日間の潜伏期間を経て、典型的な症例では39℃以上の高熱を伴って、皮膚に特徴的なダニの刺し口が見られ、数日後、体幹部を中心として発疹が見られます。倦怠感・頭痛の症状と、患者さんの半数以上で刺し口周辺のリンパ節、あるいは全身のリンパ節の膨脹が見られます。2000年(1~12月)には急増が報告され、2001年には減少したものの、毎年数人の死亡例も報告されています。

■ 日本紅斑熱

キチマダニ・フタトゲチマダニ・ヤマトマダニなどのマダニを媒介とするリケッチアの一種であるリケッチア・ジャポニカによる感染症。ヒトへの嗜好性が強いダニで、野山などに入った時などに刺咬されやすいとされています。2~8日間の潜伏期間で、ツツガムシ病より短く、頭痛・発熱・倦怠感を伴って発症します。1994年までは、年間10~20名程の症例数がありました。1999年以降拡大し、広島県・長崎県・静岡県でも発生が見られるようになりました。発生地帯が主に太平洋側の温暖な地域に局限している理由については不明です。

■ ライム病

野ネズミや小鳥を保菌動物とし、マダニによって媒介される人獣共通の細菌スピロヘータによる感染症。刺咬部を中心に特徴的な遊走性紅斑を呈し、筋肉痛・関節痛・頭痛・発熱・悪寒など、インフルエンザのような症状を伴います。日本では、1986年に初のライム病患者が報告されて以来、主に本州中部以北(特に北海道)で報告されています。

■ マダニ刺咬と牛肉アレルギー

島根大学医学部皮膚科学講座 准教授 千貫祐子先生による「牛肉アレルギーの意外な実態」というご発表では、牛肉アレルギー患者さんのうち25名について、65%で牛肉摂取から3時間以上経過してからアレルギー症状が発現していました。さらに24%では5時間以上経過してからアレルギー症状が発現しており、牛肉アレルギーに関しては、深夜や早朝の蕁麻疹やアナフィラキシーにも注意が必要と考えられます。また、ペットの飼育歴を聴取し得た22名中21名が犬を飼育していたことも大変特徴的な背景でした。さらに、血液型を確認し得た23名中14名がA型、9名がO型で、B型とAB型の患者さんはいなかったとのこと。また、25名中19名では、手持ちカレイを摂取した時にも蕁麻疹やアナフィラキシーを発症していたとのことでした。

原因抗原と交差反応

牛肉アレルギーの主要原因抗原が糖鎖(a-gal)で、同じくa-galを

有するその他の哺乳類肉にも交差反応を示すことがわかっています。牛肉アレルギー患者さん25名の血清解析を行ったところ、全員の血清中に、牛肉、豚肉、抗悪性腫瘍薬セツキシマブの特異的IgEが検出され、IgEが反応する主要な抗原は、これらに共通する糖鎖a-galであることが推察されました。つまり、牛肉アレルギーの主要原因抗原は糖鎖a-galであり、同じくa-galを持つ豚肉などの哺乳類肉、抗悪性腫瘍薬のセツキシマブにもアレルギー反応を示すことがわかりました。

牛肉アレルギーとマダニ刺咬の関係

そして、マダニの消化管に糖鎖a-galが存在することも明らかになり、主としてフタトゲチマダニによって媒介されるリケッチア感染症である日本紅斑熱が島根半島を中心に多発しています。25名の牛肉アレルギー患者さんの多くが日本紅斑熱の多発地域に居住していることがわかっています。

この日本紅斑熱を媒介するフタトゲチマダニの刺咬によってマダニ唾液腺中のa-gal含有蛋白質に対するIgEが産生され、牛肉アレルギーやセツキシマブアレルギーを発症する可能性があることが判明しました。フタトゲチマダニを含めて、マダニは日本全国に分布していることから、牛肉アレルギーは全国で発症する可能性があり、注意を要するとまとめられています。

有効なダニ対策は？

埼玉医科大学アレルギーセンター長の永田 真先生のご発表では、「日本人の小児喘息では90%以上、成人喘息でも過半数は家塵ダニに感作されている」とされています。やはりダニアレルゲンの影響が改めて大きいことに驚きますね。

エステ(株)の「正しいダニの知識とダニ対策の基本/監修=なんぶ小児科アレルギー科院長 南部光彦先生・(株)ベストマネジメントラボ代表取締役 高岡 正敏先生」によると、圧倒的にダニが多いのは寝具、特に敷き布団で、寝具には人の汗が染み込むため湿度が高く、フケや皮脂といったエサも豊富です。敷き布団は人が寝る真ん中に、掛け布団は寝返りに合わせて動くので、四隅にダニが集まります。次に多いのが食べカスやゴミが落ちる床面です。フローリング<畳<カーペット(じゅうたん)の順番でダニが住みやすい環境です。

換気の悪い押入れやクローゼット、タンスは湿気が溜まりやすくダニが多いスポット。その他、ゴミが溜まるソファのすき間、ぬいぐるみや人形、掃除機の中、ベビーカーやチャイルドシートなども要注意とされています。

また、子どもの部屋は、モノが多く片付けや掃除が行き届かない場合、ダニの温床になると指摘されています。

ダニが好む環境

チリダニは、人が快適に感じる居住空間を好み、人の皮脂や食べカスを食べています。人が家にいる時間が長いほどダニにも住みやすい環境が整います。コロナ禍のステイホームでダニが増えた可能性も否定できません。ダニが快適な環境は、室温25℃前後、湿度65%以上で、人の快適な環境(夏場)と、とても似ています。

また長時間、人に密着する寝具は温度と湿度が適度にあり、皮脂などのエサも豊富なためダニが好みます。なお、ダニは夜行性で人が寝ている間に活動します。

ダニの繁殖期

高温多湿の環境を好むダニは、梅雨時期から夏にかけて一気に数を増やします。秋になると繁殖は衰えますが、代わりに死骸の数のピークが10月頃にやってきます。ダニが死滅してもアレルゲンは減りません。ダニが死滅すると虫体自体が乾燥して粉々になります。そして、ダ

ニの糞と共に室内の空気が動くと共に舞い上がり、吸い込んでしまいます。ただし、高密闭・高断熱の住宅では越冬するので一年中注意が必要です。

尚、気温50℃の環境に1時間置いてもダニは死滅しません。また、生きたダニは繊維にしがみついて、洗濯機の水 flow などでは簡単には剥がれません。

ダニを増やさない対策

ダニアレルギーの対策は、アレルギーにならないようにする「一次予防」とアレルギーになった人が喘息などの症状を発症しないようにする「二次予防」があるとされています。

「一次予防」は、ダニを減らすと共に、皮膚を清潔にし、鼻や気道を良好な状態に保つことが基本です。特に、風邪をひくと気道に炎症を起こしやすくなるので、無理をせず家で安静にしてください。

ダニアレルギーになった人が、発症しない程度までダニを減らすのが「二次予防」です。ダニを増やさないためには、こまめな掃除と、住居環境と生活スタイルなどの環境づくりが大切です。

- **カーベットの裏側がダニの温床になります。**
裏側までしっかり掃除機をかけます。
- **湿気が多い家ほどダニは好みます。**
外出先から帰ったらすぐに窓を開けて空気を入れ替えます。
- **こまめな掃除で皮脂や食べカスなどを取り除く事が重要。**
掃除が行き届かない場所には、ダニよけアイテムなどを上手く活用しましょう。
- **モノがたくさんあるとホコリが溜りやすくダニの住処に。**
掃除がしやすい環境を保つことが大切。
- **クローゼット内にもダニは潜んでいます。**
衣替えは、クローゼットを一度カラにして掃除。
- **押入れやクローゼットは空気が循環せず、湿気が溜まる。**
除湿剤の有効期限切れにも要注意。
- **毎日使う寝具は、汗や皮脂などダニの好む環境。**
こまめに交換して清潔に。
- **布団の天日干しで乾燥させ、ダニが住みにくい環境に。**
布団がふっくらすると中にいるダニ(アレルゲン)を吸引しやすくなります。布団乾燥機を活用するのもOK。
- **ダニの死骸もアレルゲンとなります。**
特にソファの隙間などはゴミが溜りやすいので念入りに。

アレルゲン免疫療法

アレルゲン免疫療法とは？

減感作療法とも呼ばれ、アレルギーの原因である「アレルゲン」を少量から投与することで、体をアレルゲンに慣らし、アレルギー症状を和らげる治療法が「アレルゲン免疫療法」です。現在、アレルギー症状を治す可能性のある治療法と考えられており、花粉症、アレルギー性鼻炎、気管支喘息などに、この治療法が使われています。

アレルゲン免疫療法は、アレルギー症状を治したり、長期にわたり症状をおさえる可能性のある治療法で、完全に症状がおさえられない場合でも、症状を和らげ、アレルギー治療薬の使用量を減らすことが期待できます。治療は長期間(3~5年)必要とされていますが、治療を開始して数カ月後から効果が期待され、年単位で継続することで最大の効果が得られると考えられています。

また、アレルゲン免疫療法によって、くしゃみ・鼻水・鼻づまりの改善や、涙目・眼の痒みの改善、アレルギー治療薬の減量、QOL(生活の質)の改善などの効果が期待できます。

その反面、アレルゲンを投与することからアレルギー反応が起こる可能性があり、場合によっては「アナフィラキシー(※)」という重い副作用が現れることもあります。そのため、本治療は副作用に対する適

切な対応ができる医師のもとで行われます。

※アナフィラキシー

医薬品などに対する急性の過敏反応により、医薬品投与後多くの場合に30分以内で蕁麻疹などの皮膚症状、腹痛や嘔吐などの消化器症状、息苦しさなどの呼吸器症状、突然の蒼白、意識の混濁などのショック症状が現れること。

ダニ舌下錠によるアレルゲン免疫療法

ダニ舌下錠ミティキュアは、ダニを原料とするエキスから作られた薬で、少量から服用することによって体を慣らし、ダニによるアレルギー性鼻炎の症状を和らげます。服用開始前にダニによるアレルギー性鼻炎の確定診断が必要です。

また、アレルギー症状の有無に関わらず、毎日、長期間にわたり継続して服用する必要があります。初回の服用は医師の監督のもとで行います。

・服用方法と注意点

1日1回、長期間継続して服用します。舌の下に薬を置いたまま1分間保持した後に飲み込みます。舌の下に置くとすぐ唾液で溶けてなくなりますが、唾液はすぐに飲み込まず、1分間舌の下に保持します。その後5分間は、うがいや飲食をしてはいけません。

服用前及び服用後2時間は、激しい運動やアルコール摂取、入浴などは避けます。

服用後2時間以降に行う場合にも、アナフィラキシーなどの副作用の発現には注意が必要です。

・医師に相談すべき時は？

喘息発作や症状が激しい時、風邪をひいている時や体調が悪い時、口の中に傷や炎症がある時、抜歯など口の中の手術や治療を行った時などの症状がある時は、ミティキュア服用前に医師に相談すべきとされています。

また、服用後少なくとも30分間、服用開始初期には、口の中の浮腫や腫れ・痒み・不快感・異常感や、唇の腫れ、喉の刺激感や不快感、耳の痒みなどには特に注意してください。

・適応年齢

ミティキュアの添付文書には、乳幼児または5歳未満の幼児に対する完全性は確立していない(使用経験がない)とされています。また、小児等に対しては、本剤を適切に舌下投与できると判断された場合にのみ投与することとされています。

高齢者への投与については、65歳以上の高齢者に対する使用経験はない。一般に高齢者では免疫機能およびその他生理機能が低下しているため、本剤による十分な治療効果が得られない可能性や、副作用がより重篤となるおそれがあることから、投与の可否を慎重に判断することとされています。

※鳥居薬品㈱HP「アレルゲン免疫療法を知ろう」より

ゼロにはできそうにありません。

人が暮らす所に無菌室のような無ダニ室は無理なようです。人が生活している環境がある限り、そのうえ、人の快適な室内温度や湿度とダニが好む環境もほぼ同じ。そして、死んだダニや糞もアレルゲンとなりますから、お薬を飲んでアレルギー性鼻炎が楽になって、ちょっと掃除や洗濯をさぼりぎみは本末転倒。アトピー性皮膚炎も、すこし楽になると外用を忘れてたり。は仕方ないかもしれませんが、皮膚からの感作が様々なアレルギーの発症や症状悪化につながるかもしれません。

あまり目くらまして、掃除に洗濯、布団干しばかりの毎日も、今度はストレスになってイライラ。ルームシェアはしたくないですが、見えない居候が増えないようにしたいですね。





フリーアナウンサー 関根 友実

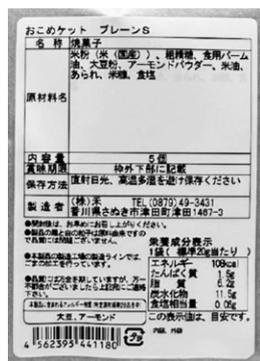
今年の春は、大量の花粉や黄砂によって、アレルギー症状が悪化した、もしくは疾患を発症したと言われる方が増えたように感じています。コロナ禍もだいたいぶん落ちてきて、外出が増えてきたこともあるのではないかと拝察します。気になる話題で言えば、成人期にアトピー性皮膚炎を発症する人が増えているとも聞きました。症状をめぐる様々な情報が錯綜するなかで、今は、良いお薬も開発され、症状緩和につながるような対処法やセルフケアについての正しい知識も蓄積されてきました。この半世紀は、正しいアトピー治療とはなんであるのか、その情報の渦の中に我が身も置かれていたと実感します。

中でも、血液検査によってアレルゲンが特定されるようになったというのは、大きなインパクトがあったと感じています。私は花粉、ハウスダストのみならず、食物や微生物、化学物質にいたるまで血液検査では多くのものにアレルギー反応の値が高く出ます。ただ、継時的に結果を見ていくと、その時々々の生活環境によって、興味深い変化は見られます。例えば、家の中で猫を飼っていたときには猫の毛や上皮のアレルギー反応が強くていたけれど、飼わなくなったら下がったとか、犬を飼い始めると、とたんに犬へのアレルギー反応の値が伸びたなど、体は環境に正直に反応するものだと思えます。症状が辛ければ、完全に無くすることが可能なものであれば、無くした方が反応は和らぐとは思いますが。でも、ペットは大切な家族、大切なパートナーである場合も多く、共に生きていきたいと考える場合には、生活のさまざまな工夫をしていくことが必要になります。床をフローリングにするとか、抜け毛をできるだけ少なくするようにこまめにブラッシングをして毛を整えるなど、さまざまな対処法があります。

そのように、反応が強くていては、完全に無くすることは難しいものがあります。それが、アレルゲンの代表格であるダニやハウスダストです。私自身にとっても、ダニやハウスダストは反応が強くてアレルギーであり、快適に生きるために欠かせないものの一つが、どうやってダニやハウスダストと快適に共生するかという命題です。ゼロにはできないけれど、あまり関わりたくないものと、どうやったらストレスを感じすぎずに共生できるのでしょうか。現段階の妥協策としては、放っておいたら増えていくものと考えて、できるだけ減らすために、防ダニ・水洗いの布団をこまめに水洗いしたり、習慣的に掃除機をかけています。敵の姿が目に見えないだけに、やっている実感に乏しく、かといってリアルな実態を顕微鏡などで見てしまうと、恐怖に支配されて日常生活がままならなくなるでしょう。目に見えないものに対しては、血液検査の数値などの現実を手かがかりにして、鈍感になりすぎること過敏になりすぎることなく、すべきことを淡々とこなすのが一番だと考えています。

プロフィール 元朝日放送アナウンサー。女性初の全国高校野球選手権大会の実況を行う。現在は臨床心理士として心療内科に勤務。フリーアナウンサーとしてもテレビ・ラジオで活躍中。アトピー性皮膚炎・アトピー内臓・アレルギー性副鼻腔炎・アレルギー性気管支喘息・蕁麻疹など、幼少期より様々なアレルギー疾患を経験。現在も家庭と子育て、仕事、自らのアレルギーに奮闘中。

おこめのおかし SWEETS AID



フードアクションニッポンアワード2015審査員特別賞受賞

おこめキット プレーンS (5個入・300円/税別)

【原材料】 米粉(米/国産)、粗精糖、食用パーム油、豆粉、アーモンドパウダー、米油、あられ、糖、食塩。

【本製品に含まれるアレルギー物質(特定原材料等28品目中)】 大豆、アーモンド。

【工場内使用アレルゲン】 大豆、ごま、アーモンド。

【製造者】 株式会社 禾

〒769-2401 香川県さぬき市津田町津田1467-3

TEL 0879-49-3431

<https://nogi-info.com/>

おこめキット プレーン

3大食物アレルギーである卵・乳製品・小麦粉を使わず、国産の米粉を100%使用した、食物アレルギーのある方にもお召し上がりいただけるお菓子です。さくとした食感にほろっとした口どけ、乳製品不使用なのにほのかにミルクィーさが感じられる、お米の形に焼き上げたおこめクッキーです。対象年齢2歳以上。

※ほかにも、ヌカビスケットや大人の方に人気、おとなの玄米ポリッポリなど、色々取り揃えております。



『からだ、ココロ、おこめを大事に。』

私たちがつくるお菓子は、安心、信用できる原材料選びを基本に、手作りで心のこもったお菓子であること。だれもが美味しく安心して食べられることを大切にしています。



大学病院の産科用品
総合シェアNo.1*

おかげさまで創業71年

日本アトピー協会推薦品

(推薦品番号:S1001516A)

100%
滅菌
精製水

アメジスト 大衛 検索
<https://amethyst.co.jp>



amethyst
大衛株式会社



ママとベビーの水だけぬれコットン
品コード 2094

- サイズ: 脱脂綿: 8×8
- 内容量: 100包入
- 素材: 綿100% 滅菌済

※20包入・40包入もあります。

送達ご希望の方はご連絡ください。

書面・メールにて受付中

日本アトピー協会通信紙 あとぴいなう

通信紙「あとぴいなう」は積極的な治療への取り組みと自助努力を促すことを趣旨とし多くの患者さんに読んでいただきたく無料でお届けしております。ご希望の方はお届け先・お名前・電話番号やメールアドレスなどをお知らせください。患者さん・医療従事者の方に限定してありますが一般の方もご希望でしたらご連絡ください。スクリーニングの結果、お届け出来ない場合もありその節はご容赦ください。なお協会ホームページからもお申し込みいただけます。

次号発行予定 7月12日

〒541-0045
大阪市中央区道修町1-1-7日精産業ビル4階
電話 06-6204-0002 FAX.06-6204-0052
E-Mail jadpa@wing.ocn.ne.jp
Home Page <http://www.nihonatomy.join-us.jp/>

気分が滅入る梅雨。ちょっと気になる5月病・気象病

今回は『ダニ』についてまとめてみましたが、『カビ』や『食中毒』の発生が増える季節でもあります。そして、新年度で新しい環境となって約1ヶ月が過ぎ、何とか慣れて来た頃でしょうか？5月の連休で心も身体もフレッシュ出来ていればいいのですが、連休明け急に通学や通勤がおっくうになったり、倦怠感や気だるさ。無気力などなどを感じる季節でもあるようです。楽しくて仕方ない方には無関係かもしれませんが、精神的、身体的ストレスや疲れが、要因になるようです。「そんな感じる暇もない!」という忙しい方も、何かをきかっけに体調を崩さないように気をつけて下さい。

気分障害患者数の推移

気分障害とは、精神障害のうち長期間にわたり悲しみに過度に気持ちがふさぎ込む(うつ病)と、喜びで過度に気持ちが高揚する(躁病/そうびょう)、またはその両方を示す感情的な障害をいうそうです。さらに、抑うつ状態と躁状態が交互にみられる双極性障害(双極症)も気分障害とされています。

厚労省の発表では、うつ病の患者さん数は1996年には43.3万人が、2008年では104.1万人となり12年間で2.4倍に増えています。また、世界精神保健(WMH)調査データによる国内のうつ病有病率調査では、未受診の方を含めた推計値は250万人を超えるとされています。

気分障害とは？

気分障害は、ストレスなどで誰でもなる可能性があります。悲しいことがあったり、大きな失敗をした時などは、食欲がなくなったり、眠れなくなったりしますが、うつ病はこれらの症状が酷くなり、そのまま治らなくなってしまった状態だそうです。一日中嫌な気分が続き、朝起きた時が一番ひどく、何を行っても全く気持ちが晴れず(抑うつ気分)仕事、家事、趣味でさえ行う意欲がわかず、落ち着かなくなることもあります(焦燥)また、躁状態では、気分は爽快で楽しく、夜は殆ど寝なくても平気で、疲れを感じず活発に行動します。多弁で早口にもなるそうです。色々な考えが浮かぶので、直ぐに気が散り集中出来なくなります。

ただし、気分障害に陥りやすい方を除いて、死別や喪失体験が原因で日常生活に支障をきたすほどに抑うつ状態が長引くことはあまりないようです。

5月病に関するアンケート

新しい環境の変化についていけず無気力になったり、眠れなくなったりする「5月病」。放っておくと、うつ病へ進行してしまうケースもあるようです。「5月病」は、医学的な病名では無く「適応障害」や「抑うつ状態」と診断されます。

精神的、身体的なストレスや疲れによって、心身に大きな負荷がかかり、脳が上手く働かない状態をいうようです。

最近、研修期間を長く取る企業が増えてきたことから、時期がずれて「6月病」と呼ばれることもあるようです。

統計分析研究所(株)アイスタットによる有職者300名(20~59歳)による調査では、5月病未経験の人が47%と最も多く、「数回=22.7%」「多い=19.7%」「毎年=10.7%」で、経験有無別でみると「経験あり=53%」「経験なし=47%」という結果。「経験あり」と回答した人では「20・30代の未婚男性」が多かったそうです。「経験あり」の原因は、「人間関係=37.1%」「GW(長期休暇)=28.9%」「気候・気温・湿度=27.7%」「入社や転職=25.8%」その他にも転勤・部署移動なども多くなりました。

対処方法は？

新しい環境の変化は、精神的や身体的にストレスを感じているもの。ストレスを無くすのではなく「ストレスは必ずあるもの」と認識して、上手くストレスとつきあう方法を考えることが重要です。また、「失敗してしまった!」は良いことではありませんが、あまり深刻に捉え過ぎず、新しい仕事や環境には失敗はつきもの。目一杯ではなく「できる範囲でもいいや」くらいの気持ちを持つことも大切です。経験からですが、あなたが「失敗した事」は、あなたの上司も概ね同じ失敗をしています。そして、あなたと同じように怒られ、そして失敗した事の対処法も経験済みです。

「5月病」の対処方法は、十分な睡眠や休息と自分に合ったストレス解消法を見つけることが重要です。

- ・初めから全てを完璧にこなそうとしない。こなせない。
- ・他人との会話やコミュニケーションをしっかりと取る。
- ・栄養バランスの取れた食事。
- ・適度な運動。
- ・睡眠の質を上げる。など、忙し過ぎて運動する時間や睡眠時間が取れないかもしれませんが、新しい生活スタイルを見つけることが大切かもしれません。

気象病って何？

まだ医学的には解明されていないようですが、気象の変化によって症状が悪化する病気を「気象病」と呼ぶそうです。

めまい・狭心症・低血圧・喘息・うつ病など、元々の病気があって、気象の変化で悪化すること含まれます。気象病の中で、「天気痛」といって天気によって出たり消えたりする痛みがあり、普段から痛みの原因がある方で頭痛・首や肩の痛み・関節痛・交通事故のムチウチや過去のケガや手術あとなどの痛みなどがあります。最も多い症状は、頭痛を訴える方が多いようですが、気象と頭痛の関係性はまだ全て明らかになっていないようですが、気象の変化で交感神経と副交感神経のバランスが崩れ、気圧の変化を感じ取っている内耳のセンサーで感知して交感神経が優位になると頭痛や痛みが起こるとされています。天気痛をチェックする方法として、東京スカイツリーや東京タワー、あべのハルカスやタワーマンションなどのエレベーターの昇降による気圧の変化で、頭痛やめまいが出てくることがあれば、天気痛かもしれないそうです。

※奈良県医師会HPほかより

梅雨時の体調不良

日本気象協会の調査によると、20~40代の男女300人中75%の方が「梅雨は嫌い」と回答したそうです。その理由は、「蒸し暑い」「憂うつになる」「ストレスがたまる」「体調が悪くなりやすい」などだったそうです。確かに、「何となく体調が良くないなあ」「何かだるいなあ」と感じることもありますね。他にも「洗濯物が外に干せない」「カビや食中毒が心配」「自転車通勤できない」という意見も多かったようです。また、昨年熱中症による救急搬送は、6~8月で63,000人と2年ぶりに増加したそうです。梅雨シーズンの6月だけでも全体の1割に当たる6,336人が搬送されており、熱中症対策もこの時期から大変重要とされています。

熱中症対策は？

・ゆっくり入浴

気圧変動や湿度などによる自律神経の乱れは、まず、湯船にゆっくり浸かること。ただし、熱いお湯だと交感神経が刺激されてしまい逆効果。皆さんの場合、痒みに繋がらない温度で気持ち穏やかなバスタイムでしょうか。また、就寝の30分から1時間前に入浴し、上昇した体温が下がるタイミングで眠りにつくとよく眠れるとされています。

・汗をかく

今年の春は、三寒四温どころか日替わりで暑かったり、朝夕が寒かったり、雨に春雷。春らしいといえばそうなのですが、体調にはやはり負担がかかっているのでしょうね。

涼しい日が続いた直後に気温が上がった場合、身体がうまく汗をかくことが出来ず、身体に熱がこもってしまうことがあります。日頃から汗をかく習慣を身につけておくことも大切です。体が暑さに慣れる=暑熱純化が進むと、発汗量や皮膚血流量が増加し、発汗による気化熱や体の表面から熱を逃がす熱放散がしやすくなります。

・日光を浴びる

梅雨の長雨。出かけるのも億劫になりますね。体調以外にもメンタル面を考えると、曇りや雨の日でも午前中5~15分程度でも日光を浴びることも大切なようです。外出してセロトニンの分泌を促すと、脳内の神経伝達物質を制御して精神を安定させる働きがあるそうです。また、1日当たり4000歩を下回るとメンタル不調のリスクが高まるそうです。

・質のよい睡眠

睡眠時間が6時間を下回ったり、9時間を超える場合もメンタルに悪影響を及ぼすという調査結果もあるそうです。確かに、毎日決まった7~8時間の質のよい睡眠は、全てに繋がっているのかもしれない。

第3回大阪赤十字病院アレルギー市民公開講座

大阪府アレルギー疾患医療拠点病院事業
第3回 大阪赤十字病院アレルギー市民公開講座
日時 2023年3月21日(火・祝日) 14時～15時30分
会場 大阪府教育会館 たかつガーデン「東中」
(大阪府天王寺区東高津7-11 06-6768-3911)
近鉄線土佐堀駅より200m
現地もしくはWeb配信(ZOOM)(無料・事前登録制:下記)
テーマ「環境アレルギーとその対策」

14時～開会の挨拶 アレルギーセンター副センター長・皮膚科部長
八木 洋輔 先生

企業講演 (生活にあるアレルギーについて取り組まれている企業)
アレルギーセンター副センター長・呼吸器内科副部長
吉村 千恵 先生
演者 株式会社ダスキン 前田 親男 氏
株式会社マテリアルソリューションズ株式会社 赤崎 隆之 氏

14時30分～特別講演
司会 呼吸器内科医長 森田 恭平 先生
講演「環境アレルギー対策とその効果」
演者 国立病院機構名古屋医療センター
小児科・アレルギー科医長 二村 昌樹 先生

閉会の挨拶 アレルギーセンターセンター長
佐本 真一 先生

参加ご希望の方は、メールもしくはお電話)で、下記記載のうえ、3月10日(金)までに申し込みください。
1. 氏名 2. メールアドレス 3. 参加方法(現地もしくはWeb配信)
なお、定員(現地、Web参加各100人)に達すれば受付終了いたします。

問合せ先・申込先 大阪赤十字病院 医療サービス課
電話: 06-6774-5111 (内線2172)
メール: info@redcross.or.jp

協賛: 大阪赤十字病院、株式会社ダスキン、株式会社マテリアルソリューションズ株式会社
協賛: 大阪府教育会館、株式会社エスエスエス、株式会社エスエスエス

3月21日・春分の日に大阪市天王寺区にある大阪府教育会館たかつガーデンで現地とWEB配信のハイブリッド開催でしたが、現地参加して参りました。ツイッタ等で、ご案内しましたが皆さんご視聴されましたでしょうか。

今回は、弊会法人賛助会員様2社もご講演されるため、少し早めに到着して会場設営のお手伝い。はじめに、(株)ダスキン様による「アレルギー疾患に有効な家庭内環境改善法」と積水マテリアルソリューションズ(株)様による「環境アレルギーとその対策」と題したご講演がありました。

(株)ダスキン様は、やはり掃除のブ口。埃の溜まる理由や溜まりやすい場所、そして、暗視カメラで撮影の洗濯した衣類を畳んだ時の繊維くすの舞い上がり方や、掃除機をかけた時の埃の舞い上がり方では、掃除機で吸った分、排気口から出ているような?と思うほど、ちょっと見なかったことにしたい映像でした。そして積水(株)様からは、花粉やダニなど室内のアレルギーについての詳しいご説明やアレルギーを低減化する薬剤の性能についてもご説明がありました。

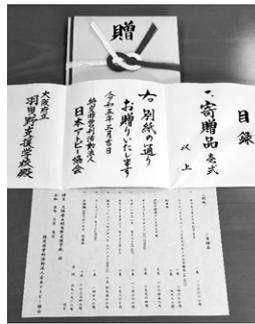
そして、特別講演として国立病院機構名古屋医療センター小児科・アレルギー科医長 二村 昌樹先生による「環境アレルギー対策とその効果」と題したご講演がありました。

先生方によるご講演の多くは、当然様々なアレルギー疾患に対するご説明が多くいつも情報をアップデートさせて頂いていますが、二村先生のご講演は、家庭内環境によるアレルギーの実態など、日常生活にとても身近なご講演内容でした。

アレルギー検査で陽性率の高いアレルギーは、大人の場合、スギ>ダニ>ヒノキ>ガで、小児の場合は、ダニ>スギ>イヌ>ヒノキの順に多いそうです。花粉症が毎年増え続けている中、ダニが上位のアレルギーになっていることを改めて感じました。最後に「ダニ対策は複数を組み合わせて」「布団は干した後に掃除機掛けをする」「カビはアレルギーがなくても対策する」とご講演をまとめて頂きました。

ご講演終了後、二村先生にご挨拶と立ち話を少しさせて頂き、主催された大阪赤十字病院の先生方にも、お礼のご挨拶をさせて頂き、有意義な1日を過ごして参りました。

大阪府羽曳野支援学校へのご寄贈のご報告



3月10日、大阪府立羽曳野支援学校様にお伺いし、今年で8年目となります左記、目録どおりご寄贈品をお渡しして参りました。

今回は、フルリクライニングになる車椅子や介助式車椅子、授業で使用されるスポーツカウンターや手織り機、教室に必要な防災フロアーマット、液晶テレビ、ランスバンドなど、約15点をお贈り致しました。隣接する大阪はびきの医療センターが新しく建て替えられ5月8日に新病院が開院。今までと通学路が変わるため、支援学校の校長先生をはじめ教諭先生方によって、緊急時の病院から学校までの通学路も念入りにご検討されたとのことでした。支援学校には、はびきの医療センターにて入院治療されている児童生徒さんたちが通学され、入院中も勉強や体育、そして自分の疾患についても勉強されるそうです。コロナ禍で遠発や運動会、学園祭など、開催が出来ず教諭先生方も、様々な工夫を凝らしておられます。

今回も、盛大な贈呈式を行って頂き、先程のご寄贈品目録を児童生徒さんにお渡しし、お礼としてお贈りした手織り機で作ってくださった作品や子供さんたちからの感謝状と大阪府知事からの感謝状も頂戴して参りました。入院治療と学業に頑張っておられる生徒さん方に、いつも勇気と元気をもらっております。羽曳野支援学校での学びに、少しでもお役に立てばと願っております。

最後になりましたが、弊会法人賛助企業様には、紙面から恐縮ですが、深謝すると共にご報告申し上げます。 NPO法人日本アトピー協会 スタッフ一同



大阪羽曳野支援学校HP 学校ブログより



読んでみました!! この書籍!!



みなさんのご参考になれば幸いです。読めば参考になったり、反対に落ち込んだりする事もあるかもしれませんが、頑張って前向きに捉えて行きましょう。

【タイトル】「アレルギーのひ・み・つ」

【著者】鈴木慎太郎先生・能條真先生 【発行】株式会社システム 【定価】1400円(税別)

両先生は、昭和大学医学部呼吸器アレルギー内科学がご専門。関連学会に出展させて頂いた折、書籍屋さんで見つけました。先生方が購読されるため、私共では難解な書籍が多い中、「面白そう」と言うのと叱られますが、興味津々の内容で確かに教科書には書いていない!!びっくりなアレルギーのお話が満載。勿論、なぜアレルギーが起こったのか?そして、その対応や患者さんの予後も記載されていました。今、増えているといわれるアニサキスアレルギーや昆虫食のお話。月面着陸でアレルギー?薬剤アレルギーや外食、食品表示など多岐に渡りアレルギーについて網羅されています。また、テレビドラマで扱われたアレルギーのお話まで。最後に鈴木先生から「医療の本質は検査や薬ではなく、対話と信頼だと思います。」のうれしいお言葉。掲載されている「食物アレルギー患者の心得」は必読の一冊です。



【タイトル】「新!掃除の解剖図鑑」

【著者】NPO法人日本ハウスクリーニング協会 【発行】株式会社エクスナレッジ 【定価】1400円(税別)

当団体は、ハウスクリーニングの普及とプロの育成を行うことを目的に研修やボランティア活動にも取り組んでおられます。今回は「ダニ」についてまとめましたが、ゼロに出来ないにしてもダニを少なくする正しい掃除の方法は?と思い読んでみました。本書では、まず汚れを持ち込まない玄関の工夫や効率のよい掃除方法、キレイを保つ方法、正しい掃除のコツについても書かれています。自宅の外回りからリビング、キッチン、寝室、バス・トイレなど部屋別にカテゴリー分けされ、適した洗剤の種類や掃除すべきポイントやその方法がイラスト入りでとても分かりやすく書かれています。9月に寝室とダニ対策が予定されている12か月に分けた掃除カレンダーはなるほどでした。寝室や寝具の掃除についても詳しく書かれています。掃除しなきゃと思いながら、つい見ないふり、知らないふりしていませんか?



図書の貸し出しいたします。詳しくはお問い合わせください。

TEL 06-6204-0002 FAX 06-6204-0052